

Zeltklassiker um den Dhaulagiri (8.167 m)

Inklusive Besteigung Dhampus Peak 6.012 m



23 Tage

ASNP010

[Weitere Bilder auf unserer Website](#)

Preis p. P.

ab 2.990 € zzgl. Flug

Reisebeschreibung

Diese anspruchsvolle Zelt-Trekkingtour führt um den siebthöchsten Berg der Erde, den 8.167 m hohen Dhaulagiri, der 1960 vom Österreicher Kurt Diemberger erstbestiegen wurde. Der Weg führt durch eine Märchenlandschaft aus Gletschern, einsamen Dörfern, wilden Tälern, Urwäldern und Achttausendern. Überquert werden müssen dabei die Pässe French Col (5.360 m) und Dhampus La (5.200 m) sowie das Hidden Valley. Wer möchte kann noch den technisch leichten Aussichtsberg Dhampus Peak besteigen und den Atem des Dhaulagiri spüren. Nach der Wanderung durch das Kali Gandaki Tal, der tiefsten Schlucht der Welt, geht es nach Kathmandu, wo noch ein paar Kultur-Tage auf Sie warten.

Charakter und Anforderungen der Reise

Technisch weist das Trekking keine besonderen Schwierigkeiten auf, allerdings erfordert es aufgrund seiner Länge und dem teilweise ständigen bergauf und -ab viel Ausdauer und eine sehr gute Kondition. Die Gehzeiten liegen bei etwa 6 bis 9 Stunden pro Tag (am

Fragen zur Reise?

Steffen Kiefer 0341 / 55 00 94-40 steffen.kiefer@at-reisen.de

Dhampus Peak im Auf- und Abstieg bis zu 12 h), wobei Höhendifferenzen im Auf- und Abstieg bis zu 1.400 m bewältigt werden müssen. Wichtig sind außerdem Schwindelfreiheit und Trittsicherheit, da die Wege teilweise durch felsiges Gelände oder Geröll und durch kleine Bäche führen. Auch sollten Sie eine gute Höhenverträglichkeit besitzen – das heißt Herz und Kreislauf müssen gesund sein, da Sie in Regionen über 3.500 Höhenmeter kommen. Konsultieren Sie bitte vor Reiseantritt den Arzt. Selbst ein gesunder Organismus, darf jedoch keinesfalls durch zu rasches Gehen, überbeansprucht werden. Langsames und stetiges Gehen sind sehr wichtig; erfahrungsgemäß können manche Teilnehmer bereits durch die Klimaumstellung sowie die Änderung der Schlaf- und Essgewohnheiten geschwächt und damit „anfälliger“ sein. Während des Trekkings werden Sie von einer Begleitmannschaft betreut, die sich um das Gepäck kümmert. Sie selbst werden nur das Notwendigste (Anorak, Wasserflasche, Fotoapparat etc.) in einem Tagesrucksack tragen; das restliche Gepäck wird von den Trägern und Tragtieren transportiert. Sie sollten teamfähig und Gruppentolerant sein (Gruppenreise)!

Anspruchsvoll

Reisen mit diesem Schwierigkeitsgrad stellen erhöhte körperliche Anforderungen. Längere Aktivitätsphasen, mehrere fordernde Tage in Folge und begrenzte Erholungszeiten sind möglich. Auch organisatorische oder äußere Bedingungen können zusätzliche Anforderungen stellen. Mentale Stabilität und Durchhaltevermögen sind wichtig.

Fitness

Gute körperliche Grundfitness notwendig

Training

3–4× pro Woche Ausdauer- und Kräftigungstraining

Psychische Belastung

Erhöht – Belastbarkeit, Eigenmotivation und Durchhaltevermögen erforderlich

Bergzeichen

Für diese Touren ist es unerlässlich, dass Sie mit Pickel und Steigeisen umgehen können. Außerdem ist Gletschererfahrung zwingende Voraussetzung.

Reiseverlauf

Tag 1

Flug von Deutschland /Österreich oder Schweiz nach Kathmandu

Ihre Reise beginnt mit dem Flug nach Asien.

Tag 2

Ankunft

Sie landen in Nepals Hauptstadt und gelangen per Transfer zu Ihrem Stadthotel. Je nach Ankunftszeit haben Sie noch die Gelegenheit zu einem ersten individuellen Stadtbummel nach Thamel, dem Einkaufs- und Vergnügungsviertel von Kathmandu. Anschließend findet ein gemeinsames Abendessen in der Altstadt von Thamel statt. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

🍴 Abendbrot

Tag 3

Fahrt nach Pokhara und Friedenspagode

Heute erwartet Sie die zwar lange (ca. 6-7 h, 200 km), aber überaus interessante Busfahrt nach Pokhara (nicht benötigtes Gepäck kann im Hotel deponiert werden). In Pokhara sehen Sie am Horizont die Bergmassive des Ganesh (7.422 m), Manaslu (8.156 m) und Annapurna Himal (8.091 m); unter Ihnen liegt die Hügel- und Tallandschaft mit gewundenen Flüssen und unzähligen terrassierten Feldern. Sollte es die Zeit erlauben (abhängig vom Verkehr) unternehmen Sie gleich nach Ankunft einen Ausflug zur Friedenspagode mit dem spektakulären Blick auf die Annapurna Range und Dhaulagiri (Sonnenuntergang). Übernachtung im Hotel

Verpflegung

🍴 Frühstück

Tag 4

Fahrt via Galeshwar zum Ausgangspunkt der Trekkingtour um den Dhaulagiri

Von Pokhara (800 m) fahren Sie über eine kurvenreiche Straße über den Khare-Pass (1.700 m) hinein ins Tal des Flusses Mohi Khola und weiter ins bis zum Dorf Beni (850 m). Hier mündet der Fluss Myagdi Khola in den Kali Gandaki. Hier steigen Sie auf geländegängige Kleinfahrzeuge um und fahren auf einer Piste in weiteren 3 Stunden via Galeshwar nach Chim Khola. Hier werden Sie von der Trekkingmannschaft begrüßt und können die bereits aufgebauten Zelte beziehen. Nach dem Mittagessen steht der restliche Tag zur freien Verfügung und kann zu ersten kleinen Erkundungsgängen genutzt werden. Übernachtung im Zelt / Fahrzeit 3-4 h & ca. 130 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 5

Trekkingstart und erste Blicke auf den Dhaulagiri

Nach dem Frühstück wandern Sie gemütlich erst einmal zum rauschenden Bagar-Khola hinab. Da wir immer noch unter der 2000 m Marke uns befinden, ist es doch schon recht warm und man kommt relativ schnell ins Schwitzen. Vom Talboden aus hat man noch einmal einen guten Blick auf das Gurung-Dorf Chim Khola, bevor es dann über einen recht breiten Wanderweg nach Gyasi Kharka (Kharka = Wiese) hinauf geht. Dabei kommen der Manapati (6.380 m) und Dhaulagiri (8.167 m) ins Blickfeld. Fast 7000m Höhenunterschied trennen einen bis zum Gipfel! Nach kurzer Rast und Fotografieren wandern Sie wieder abwärts zum Rahughat Khola, denn Sie dann über eine Brücke überqueren. Natursteinstufen führen dann wieder nach oben und bis Sie das Dorf Chaurkhani erreichen. Da Nepal ein Vielvölkerland ist, existieren über 100 verschiedene ethnische Gruppen und 124 Sprachen und Dialekte. Hier im Dorf trifft man vorwiegend die Gurung und Magar an.. Nach einer ausgiebigen Mittagspause in einem Teahaus setzten Sie Ihre Wanderung bis zur Pahiro-Kharka Alm (2.150 m) fort. Hier werden dann für heute die Zelte aufgeschlagen. Die Temperaturen werden nun langsam etwas angenehmer, da die 2000m Marke überschritten wurde. Übernachtung im Zelt /Gehzeit 4-5 h / Aufstieg ca. 850 m / Abstieg ca. 360 m /ca. 8-9 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 6

Trekking nach Malampara

Heute erwartet Sie eine lange Etappe, aber durch den vorhergehenden Tag sind Sie ja bereits gut eingelaufen und sollte Ihnen daher keine Schwierigkeiten bereiten. Gut gestärkt passieren einen einsamen Hindu-Tempel und erreichen einen Bergkamm mit einem fantastischen Aussichtspunkt auf den Bergriesen Dhaulagiri und den kleineren Tukuhe Peak (6.920 m). Es geht weiter entlang auf einem schmalen Wanderpfad und bald gelangen Sie zu einer Waldlichtung und es präsentiert sich Ihnen das Annapurna-Massiv. Markant und dominant sticht der Machhapuchare (6.997 m) aus den Berggipfeln heraus. Aber auch die Gipfel der Annapurna South (7.219 m), Annapurna Fang (7.647 m) und Annapurna I (8.091 m) lassen die Bergsteigerherzen höherschlagen. Von hier oben blicken Sie aber auch tief hinab ins das Modi-Khola-Tal, wo sich der Gletscherfluss rauschend bemerkbar macht. In der Ferne glänzen die Gletscher der Annapurna III (7.555 m) und vom Gangapurna (7.455 m). Über den Phankimla-La Pass steigen Sie bis zum Bergdorf Kuinekham ab. Anschließend durchstreifen Sie wieder Felder der Bergbauern und sehen die Einheimischen bei der harten Arbeit auf den Feldern. Später erreichen Sie die Ortschaft Malkabang (2.245 m) und kurz danach Ihr Campplatz bei Malampara (2.160 m). Übernachtung im Zelt /Gehzeit 6-7 h / Aufstieg ca. 680 m / Abstieg ca. 560 m /ca. 12-13 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 7

Trekking über den Malampara-Pass und Blick auf Dhaulagiri-Gruppe

Es geht weiter und der Tag hat wieder einiges zu bieten. Zuerst geht es talwärts und nach Überquerung des Dhoka-Khola-Flusses geht es kontinuierlich stetig bergan und am Ende sind es knapp 900 Höhenmetern, die Sie bewältigt haben. Ein gutes Training für die kommenden Tage! Sie überqueren hier dann einen kleinen namenlosen Pass, der zwischen den Gebirgszügen des Deurali Dhuri und Hesnam Dhuri liegt. Kurz danach überqueren Sie nun den Malampara-Pass, der fast die 3000er Höhenmeter-Marke kratzt (2.960 m). Belohnt wird der Aufstieg mit dem Ausblick auf die gesamte Dhaulagiri-Gruppe mit Manapati, Dhaulagiri I bis Dhaulagiri VI, Gurja Himal, Kambon Himal, Myagdi Matha und Tsaubang. Einfach fantastisch! Von hier aus ist es nun nicht mehr weit und Sie erreichen durch einen Rhododendronwald eine Lichtung und schon haben Sie Ihr Tagesziel, das Camp Sinkos (3.045 m) erreicht. Übernachtung im Zelt / Gehzeit 7 h / Aufstieg ca. 1350 m / Abstieg ca. 790 m / ca. 7 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 8

Trekking nach Bagar am Hauptweg zur Dhaulagiri-Runde

Ihr heutiges Ziel ist die Ortschaft Bagar, welche sich auf dem „Hauptweg“ der Dhaulagiri-Runde befindet. Nachdem wieder alles verpackt wurde, wandern Sie zunächst steil bergab bis zum Sinkos-Khola-Fluss. Dabei passieren Sie wieder die mächtigen Rhododendron-Bäume und hin- und wieder werden tolle Blicke auf die Himalaya-Berge frei. Je weiter Sie absteigen, desto mehr verändert sich die Vegetation und eine tolle Vielfalt an Pflanzen und Blumen präsentiert sich Ihnen. Nach dem Abstieg ins das Myagdi-Khola-Tal erreichen Sie schon recht bald die Häuser von Bagar/Jelung (1.900 m). An einem geeigneten Platz werden wieder die Zelte für die kommende Nacht aufgeschlagen. Übernachtung im Zelt / Gehzeit ca. 6 h / Aufstieg ca. 440 m / Abstieg ca. 1.290 m / ca. 8-9 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 9

Trekking via Lipsiba nach Dobang

Bald befinden Sie sich mitten im Bergurwald, der Ihr Vorwärtkommen oft beträchtlich erschweren kann. Besonders nach Regenfällen sind die Pfade glitschig. Über den Ort Lipche (2.060 m) und die Alm Lapche Kharka erreichen Sie den Ort Dobang (2.500 m) und stellen auf einer Lichtung Ihre Zelte auf. Übernachtung im Zelt / Gehzeit ca. 5-6 h / Aufstieg ca. 1.000 m / Abstieg ca. 330 m / ca. 8-9 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 10

Trekking zum Zeltplatz Choriban

Nochmals gestaltet sich der Weg schwierig. Zudem müssen Sie zwei 10-15 m lange, etwas luftige Brücken queren. Durch herrliche Rhododendronbestände, lichten Nadelwald und über Geröll wandern Sie zum Lagerplatz auf 3.050 m Höhe. Übernachtung im Zelt / Gehzeit ca. 4 h / Aufstieg ca. 550 m / Abstieg ca. 15 m / ca. 5-6 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 11

Trekking zum "Italy Basecamp"

Nach gut 4-5 h Gehzeit lassen Sie die Baumgrenze hinter sich und kommen bald zum sogenannten "Italy Basecamp" auf 3.600 m, auch Puchhar genannt. Landschaftlich sehr eindrucksvoll liegt dieser Platz an der Westseite des mächtigen Dhaulagiri. An dieser Stelle weisen wir Sie ausdrücklich darauf hin, langsam und stetig zu gehen; die Gefahr einer Höhenkrankheit ist nicht zu unterschätzen! Gehen Sie sparsam mit Ihren Kräften um! Sie übernachten in immer höheren Lagen und setzen Ihren Organismus somit erhöhten Anforderungen aus. Übernachtung im Zelt / Gehzeit ca. 3-4 h / Aufstieg ca. 650 m / Abstieg ca. 0 m / ca. 5-6 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 12

Ruhetag / Höhenanpassung

Dieser Tag dient zur besseren Höhenanpassung und zum Kräftesammeln für die nächsten Tage. Genießen Sie die Landschaft bei einer kleinen Akklimatisierungstour. Übernachtung im Zelt

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 13

Trekking / Pakoban-Korridor – Gletschercamp

Nach 4 h erreichen Sie durch eine Engstelle das Quellgebiet des Myagdi Khola (Khola= Fluss). Weiter verläuft Ihre Route durch das weite Hochtal und über die Seitenmoräne des Chonbaron-Gletschers, wo Sie an einer geeigneten Flachstelle ein Zwischenlager auf ca. 4.200 m einrichten. Übernachtung im Zelt / Gehzeit ca. 4-5h / Aufstieg ca. 750 m / Abstieg ca. 160 m / ca. 6 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Fragen zur Reise?

Tag 14

Trekking zum Dhaulagiri-Basecamp

Entlang des Gletschers, der teils von Schutt, Blankeis oder Neuschnee bedeckt sein kann, steigen Sie etwa 5 Std. auf, bis Sie auf einen geeigneten Zeltplatz in ca. 4.700 m Höhe treffen, der als Dhaulagiri-Basislager bekannt ist. Sie sind von einer beeindruckenden Gletscher- und Eiswelt umgeben und können direkt auf die Route der Dhaulagiri-Bergsteiger sehen. Nachmittags bleibt Zeit zum Ausruhen und Energietanken für die kommenden Tage. Übernachtung im Zelt / Gehzeit ca. 4 h / Aufstieg ca. 530 m / Abstieg ca. 50 m / ca. 5 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 15

Trekking über den French Col zum Lager auf 5.100 m Höhe / Hidden Valley

Nach gut 6 h überwinden Sie den 5.360 m hohen, von Gebetsfahnen markierten French Col. Der Anstieg führt über eine Moräne in eine breite Mulde, danach erfolgt der Aufschwung zum Pass. Hier bietet sich eine großartige Szenerie: im Westen erkennen Sie den Sita Chuchura (6.640 m), im Norden das Hidden Valley mit seinen Sechstausendern, unmittelbar östlich des Passes erhebt sich der Tukuche Peak (6.920 m). Sie folgen für gut 2 h dem Weg ins Hidden Valley und errichten Ihr Lager genau zwischen French Col und Dhampus Pass auf etwa 5.100 m Höhe. Übernachtung im Zelt / Gehzeit ca. 6-7 h / Aufstieg ca. 800 m / Abstieg ca. 260 m / ca. 9 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 16

Trekking über den Dhampus Pass zum „Basislager“

Nach dem Frühstück steigen Sie in ca. 2 h hinauf zum zweiten 5.000er Pass, dem 5.200 m hohen Dhampus-Pass (auch Thapa-Pass genannt). Mit der Überquerung verlassen Sie auch das einsame Hidden Valley. Nach einer seitlichen Hangquerungen und einigen kleineren Zwischenanstiegen wird das „Basislager“ für die Besteigung des Dhampus Peak am kommenden Tag aufgebaut. Der rest des Tages steht zur freien Verfügung und wird zum „Kräftesammeln“ genutzt. Übernachtung im Zelt / Gehzeit 3-4 h / Aufstieg ca. 170 m / Abstieg ca. 130 m / ca. 5 km

Verpflegung

🍴 Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 17

Besteigung des Dhampus Peak – Abstieg zur Yak Kharka

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 18

Reservetag für Schlechtwetter oder Sonstiges

Hinweis: Dieser Tag kann auch an einem anderen x-beliebigen Trekkingtag in Absprache mit dem Guide und Gruppe genommen werden. Übernachtung im Zelt

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 19

Trekking nach Marpha

Über einen Saumpfad, später durch Strauch- und Baumvegetation und zuletzt durch Moränenschutt steigen Sie in 4 h weiter abwärts nach Marpha ins Kali-Gandaki-Tal. Sie befinden sich nun in der weltweit tiefsten Durchbruchsschlucht, welche eingerahmt zwischen den beiden Achttausendern Dhaulagiri und Annapurna liegt. Marpha ist bekannt für seinen Apfelschnaps und köstliche Äpfel, die hier bei ausgezeichnetem Klima hervorragend gedeihen. Die Einheimischen vom Stamm der Thakali haben den Ort zu einem kleinen Handelszentrum umgebaut. Man findet hier wunderbare Herbergen mit schönen Holzschnitzarbeiten und die Dorfstraße wurde mit Steinplatten ausgebaut. Sollte noch Zeit sein, lohnt sich ein Abstecher über die steilen Treppen hinauf zur großen Gompa. Am Abend verabschieden Sie sich von Ihrer fleißigen Begleitmannschaft. Übernachtung in einer Lodge / Gehzeit 4 h / Abstieg ca. 1.100 m

Verpflegung

☞ Frühstück, Mittagessen, Abendbrot

Tag 20

Panoramaflug durch das Kali-Gandaki-Tal via Pokhara nach Kathmandu

Zeitig am Morgen Transfer nach Jomsom (ca. 8 km/ ½ Stunde.) Anschließend fliegen Sie von Jomsom (asphaltierte Rollbahn) durch das Kali-Gandaki-Tal nach Pokhara. Nach der Zwischenlandung fliegen Sie entlang der Himalaya-Hauptkette und haben noch einmal die Gelegenheit die Schönheit der Berge zu genießen. Transfer zum Hotel und der Rest des Tages steht Ihnen zur freien Verfügung. Übernachtung im Hotel Hinweis: Wer die Strecke nicht fliegen möchte, kann auch mit dem Fahrzeug bis Pokhara (ca. 150 km) fahren (ca. 5-7 h/abhängig von den Straßenverhältnissen) / Preis auf Anfrage

Verpflegung

☞ Frühstück

Tag 21

Reservetag Flug / Optional Stadtbesichtigung Kathmandu, Bhaktapur oder Patan

Der heutige Tag dient als Reservetag für den Flug, sollte durch Schlechtwetter kein Flug am Vortag möglich gewesen sein. Ansonsten steht Ihnen heute der Tag zur freien Verfügung (Einkaufsbummel oder Besichtigung) zur Verfügung. Kultur: Gern organisieren wir Ihnen optional (Preis auf Anfrage) mit einem erfahrenen Stadtführer auch eine Stadtbesichtigung durch die ehemaligen Königsstädte wie Kathmandu, Bhaktapur oder Patan. Am Abend Abschlussessen in einem typischen nepalesischen Restaurant.

Verpflegung

☞ Frühstück, Abendbrot

Tag 22

Freizeit, Rückreise und Ankunft

Je nach Flugverbindung steht Ihnen heute entweder ein halber oder ganzer Tag zur freien Verfügung (Einkaufsbummel oder Besichtigung). Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Deutschland. Je nach Flugverbindung auch Ankunft am gleichen Tag

Verpflegung

☞ Frühstück

Tag 23

Ankunft

Ankunft in Deutschland. Heimreise in Eigenregie